

電子報二：落地安排

日用品及食材採買

- Aldi、Jumbo、AH：常見的連鎖超市，可以在裡面採買蔬菜、水果、生鮮。超市每周都會有促銷活動，可以在各自的官方網站上查看。私心推薦Jumbo的常駐優惠：四個1歐的可頌麵包。
- Action：能夠買到便宜的生活用品，比如廚具、熱水壺、瑜珈墊等。
- Wibra：和action性質類似，可以買到便宜的生活雜貨，比如洗衣球、肥皂等。
- 市政廳前的市集：每周三跟五的9:00-15:00都有市集，販售蔬果、肉類及布料。在荷蘭買雞肉相對較貴，超市賣一盒350克的雞肉至少要4歐，可以考慮在市集和朋友一起買再分攤，會比較便宜。
- Amazing oriental（東方行）：連鎖的亞洲超市，在市政廳附近有一家分店。亞超裡可以買到你需要的大部分調味料、亞洲泡麵、米、蔥蒜。
- DM：雖然不在馬斯垂克內，但推薦可以從馬斯垂克火車站坐40分鐘的Flixbus到德國亞琛，在DM買一些保養品、保健品，比如發泡錠、藥膏、防曬乳等，價格比荷蘭的藥妝店親民許多。

電信

在Orientation day上，會發放當地電信公司Lebara的1GB試用包。但我最終並沒有申辦荷蘭當地的電信，而是選擇每個月購買Esim卡。優點是不需要用新的Sim卡取代我原本台灣門號的Sim卡，也可以只購買我需要的網路服務，但缺點是沒有歐洲的門號。

平常在宿舍或商學院裡都有訊號良好的wifi可以使用，因此可依照自己外出時的網路用量、歐洲當地門號的需求，評估是否申辦荷蘭當地的號碼。

腳踏車

馬斯垂克的腳踏車道規劃完善，汽車駕駛也會禮讓腳踏車，騎腳踏車相當安全，許多學生都會購買或租借單車作為代步工具。

購買的話，可以詢問先前交換的學長姐是否要出售，也可以在fb社團：

Secondhand bikes Maastricht找適合的二手單車；租借的話，可以跟

[Swapfiets](#)租借。

個人最終是選擇只走路，一來是因為荷蘭人普遍較高，許多腳踏車的高度讓我坐上去也構不到地面；二來是租借或購買的腳踏車有不少是只有腳煞(pedal brake)，沒辦法像手煞的腳踏車一樣急煞；三來是馬斯垂克道路有不少坡道，如果沒有變速，騎上坡時頗為辛苦。